

महाराष्ट्र शासन
शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग
शासन परिपत्रक क्र.संकीर्ण२०१६/प्र.क.(९५/१६)/एसडी-६
हुतात्मा राजगुरु चौक, मादाम कामा मार्ग,
मंत्रालय (विस्तार), मुंबई-३२
दिनांक :- १४ ऑक्टोबर, २०१६.

- वाचा- १. मानव संसाधन विकास मंत्रालय, भारत सरकार, नवी दिल्ली यांचे
क्र.D.O.No.F. २७-९८/२०१५-EE.१६, दि.२२ जून, २०१६ चे पत्र.
२. विभागाचा शासन निर्णय क्र. संकीर्ण-२०१५/प्र.क्र.२७७/एस.डी.४,
दि.७ ऑक्टोबर, २०१५.
३. शासन परिपत्रक क्र. संकीर्ण २०१६/प्र.क्र.९५/१६/एसडी-६
दि. १ जुलै, २०१६.
४. शासन शुध्दीपत्रक क्र. संकीर्ण २०१६/प्र.क्र.९५/१६/एसडी-६
दि. २९ जुलै, २०१६.

परिपत्रक

प्रस्तावना-

भारत सरकारने दिनांक २ ऑक्टोबर, २०१४ पासून संपूर्ण देशात “स्वच्छ भारत” अभियानाची सुरुवात केली आहे. संदर्भ क्र. २ येथे नमूद विभागाच्या दिनांक ७ ऑक्टोबर, २०१५ च्या शासन निर्णयान्वये दिनांक १ ते ३१ ऑक्टोबर, २०१५ या कालावधीत “स्वच्छ-विद्यालय-स्वच्छ महाराष्ट्र” मोहिम कार्यान्वित करण्यात आली होती.

मानव संसाधन विकास मंत्रालय, भारत सरकार यांच्याकडून नुकत्याच प्राप्त झालेल्या सूचनांनुसार देशातील सर्वशासकीय व स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या शाळांसाठी “स्वच्छ विद्यालय” हा पुरस्कार सुरु करण्यात आला आहे. या सर्व पार्श्वभूमीवर स्वच्छतेच्या सवयी विद्यार्थ्यांमध्ये रुजविण्याकरिता विद्यार्थ्यांशी संवाद साधणे आवश्यक आहे. हे विचारात घेवून युनिसेफ च्या सहकार्याने १२ सत्रे बनविण्यात आली असून विद्यार्थ्यांना सलग १२ आठवडे स्वच्छतेबाबतचे संदेश मनोरंजक पद्धतीने दिला तर त्यांच्या वर्तन बदलास मदत होवू शकते.

शासन परिपत्रक-

युनिसेफ तर्फे तयार करण्यात आलेल्या मनोरंजनाच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांसाठी तयार करण्यात आलेली १२ सत्रे राज्यातील सर्व शाळांमध्ये सलग १२ आठवड्यांकरिता राबविण्यास शासन मान्यता देण्यात येत आहे. याव्यतिरिक्त देखील स्वच्छतेच्या सवयी विद्यार्थ्यांमध्ये रुजाव्यात याकरिता मनोरंजनाच्या माध्यमातून अशाच प्रकारची सत्रे घेण्याचे स्वातंत्र्य शाळांना राहिल. सदर १२ सत्रे विद्यार्थ्यांसाठी आयोजित करण्याची जबाबदारी शाळेतील मुख्याध्यापक व शिक्षक यांची राहिल.

सदर १२ सत्रांबाबतची माहिती सोबत जोडली आहे.

सदर शासन परिपत्रक महाराष्ट्र शासनाच्या www.maharashtra.gov.in या संकेतस्थळावर उपलब्ध करण्यात आले असून त्याचा संकेतांक २०१६१०१४१५१००५१८२१ असा आहे. हा आदेश डिजीटल स्वाक्षरीने साक्षांकित करून काढण्यात येत आहे.

महाराष्ट्राचे राज्यपाल यांच्या आदेशानुसार व नावाने.

(नंद कुमार)

प्रधान सचिव, महाराष्ट्र शासन

प्रत, माहितीसाठी व आवश्यक त्या कार्यवाहीसाठी अग्रेषित.

- १) मा.प्रधान सचिव, ग्राम विकास व जलसंधारण विभाग, जी.टी.हॉस्पिटल, मुंबई.
- २) मा.प्रधान सचिव, पाणी पुरवठा व स्वच्छता विभाग, मंत्रालय, मुंबई.
- ३) मा.प्रधान सचिव, सार्वजनिक आरोग्य विभाग, मंत्रालय, मुंबई.
- ४) मा.प्रधान सचिव, नगर विकास विभाग, मंत्रालय, मुंबई.
- ५) मा.मंत्री, शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग, मंत्रालय, मुंबई यांचे खाजगी सचिव.
- ६) आयुक्त (शिक्षण), महाराष्ट्र राज्य, पुणे.
- ७) राज्य प्रकल्प संचालक, महाराष्ट्र राज्य प्राथमिक शिक्षण परिषद, जवाहर बालभवन, चर्नीरोड, मुंबई.
- ८) मा.प्रधान सचिव, शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग, मंत्रालय, मुंबई यांचे विशेष कार्य अधिकारी.
- ९) शिक्षण संचालक (माध्यमिक व उच्च माध्यमिक), महाराष्ट्र राज्य, पुणे.
- १०) शिक्षण संचालक, (प्राथमिक), महाराष्ट्र राज्य, पुणे.
- ११) सर्व महानगरपालिका आयुक्त
- १२) सर्व मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषद
- १३) मुख्य अधिकारी, नगरपरिषद
- १४) सर्व विभागीय शिक्षण उपसंचालक,
- १५) सर्व शिक्षणाधिकारी (प्राथमिक / माध्यमिक)
- १६) युनिसेफ प्रतिनिधी श्री. युसुफ कबीर व श्री. आनंद घोडके

प्रत,

निवड नस्ती, एसडी-६.

सत्र: 1 चमकीला चेंडू (Chamakila Ball)

उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

नमस्कार विद्यार्थी मित्रांनो, मी राजू/राजश्री तुम्ही मला दादा/ ताई म्हणू शकता, मी आपल्याशी संवाद साधायला, गप्पा करायला, गोष्टी सांगायला आणि वेगवेगळे खेळ घ्यायला येणार आहे. आपण सारे मिळून गंमत करू, मग तैयार ? आपण सर्वात पहिले एक खेळ खेळू. खेळाचे नाव आहे चमकीला चेंडू (Chamakila Ball) !

उपक्रम : चमकीला चेंडू हा खेळ

उद्देश : जंतू नुसत्या डोळ्यांनी दिसत नाहीत, तरीही ते असतात याची जाणीव विद्यार्थ्यांना व्हावी.

वेळ : 40 मिनीटे

प्रमुख धडा: अदृश्य असलेले जंतू हे साबणाने हात धुतल्यासच निघून जातात.

नियोजन: 1 ली ते 7 वी पर्यंतच्या मुलांसाठी हा खेळ आहे. यासाठी एक चेंडू व चमकी सोबत असणे आवश्यक



कृती : प्रेरकाने सोबत आणलेल्या चेंडूला चमकी लावावी. व त्यानंतर विद्यार्थ्यांना या खेळाबाबत माहिती व खेळाचे नियम सांगावेत. चेंडू हा विद्यार्थ्यांकडे टाकण्यात येईल. पकडा पकडीचा (कॅच-कॅच) हा खेळ आहे. ज्या विद्यार्थ्याला हा चेंडू भेटेल त्यांनी तो आपल्याच हातात न ठेवता दुसऱ्या विद्यार्थ्याकडे टाकावा. हा चेंडू अनेकांच्या हातात जाणे आवश्यक आहे. काही मिनिटांतच हा चेंडू पुन्हा प्रेरकाने आपल्याकडे घ्यावा. चेंडू मुलांकडे टाकल्या क्षणापासून ते चेंडू परत प्रेरकाकडे येईपर्यंतची वेळ प्रेरकाने नोंद करून ठेवावी. त्यानंतर त्याने विद्यार्थ्यांना त्यांचे हात पहाण्यास सांगावेत. सर्व मुलं आपले हात पाहतील. ज्यांच्या ज्यांच्या हातात चेंडू गेला असेल त्यांच्या हातांना चेंडूला लावलेली चमकी लागलेली असेलच. मग मुलांना हाताला काय लागले आहे असे विचारावे, मुलं अर्थातच एकाच सुरात 'चमकी' असं सांगतील. त्यानंतर या खेळाचा अर्थ प्रेरकाने सांगावा तो असा- चेंडूला चमकी लावलेली असल्याने ती हाताला चिकटली, आणि ती चमकत असल्याने आपल्याला साध्या डोळ्यांनीही दिसली. जर या चेंडूला चमकी लावली नसती व तो जर टाकला असता तर हाताला काय लागले असते ? मुलांपैकी काही मुलं

"काहीच नाही" असे म्हणू शकतात. तेव्हा त्यांना हे समजावं लागेल की या चेंडूला धुळ, माती लागलेली असू शकते की नाही ? मुलं 'हो' म्हणतीलच. मग या धुळीत काही जंतू असतील की नाहीत ? असा प्रश्न विचारावा, मुलं 'हो' म्हणतील. पण ते कधी दिसतात का ? ते चमकत नाहीत, ते दिसत नाहीत याचा अर्थ ते नसतात असे नाही, ते दिसत नसले तरी असतात हे मुलांना स्पष्ट करावे. आपण आता अगदी थोड्याच वेळात (नोंद केलेली वेळ सांगावी) हा चेंडू एकमेकांकडे टाकला, त्यामुळे अगदी कमी वेळात या चेंडूला जेजे होतं ते सर्वांपर्यंत पसरलं. तसेच जंतू परसत असतात. आपल्या हाताला चिकटलेले जंतू दिसत नसल्याने अनेक मुलं हात न धुता तसेच जेवतात किंवा कोणताही पदार्थ खातात आणि मग त्यांच्या पोटात जंतू जावून ते आजारी पडतात. म्हणूनच हात साबणाने स्वच्छ धुवून या अदृश्य जंतूंना नाहीसं केलं पाहिजे. तर लक्षात ठेवा जंतू दिसत नाहीत पण ते असतात.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ मुलं चेंडू एकमेकांकडे योग्यपद्धतीने फेकत आहेत.
- ✓ चेंडूला लावलेली चमकी मुलांच्या हाताला लागत आहे.

चर्चेचे मुद्दे

1. हाताला चमकी का लागली ?
2. चमकी ऐवजी चेंडूला काय काय लागलेले असू शकते ?
3. समजा चमकी हे जंतू आहेत तर तुम्ही हात न धुता काहीही खाल्ले तर काय होईल ?
4. हातावर चमकी जशी दिसते तसे जंतू दिसत नाहीत, तरीही हात का साबणाने धुवावेत ?
5. हात साबणाने धुतले नाही तर काय होईल ?

1. **समारोप :** बघितलं मित्रांनो, जंतू हे दिसत नसले तरी आपल्यावर सतत हल्ला करत असतात, त्यांच्यापासून संरक्षण मिळविण्यासाठी हात साबणाने धुणे अत्यंत आवश्यक आहे, राहिल ना लक्षात हे, कराल ना जंतूशी मुकाबला ?

सत्र : 2 राजू संजूची गोष्ट (Story of Raju Sanju)

मित्रांनो, जंतू हे अदृश्य असतात, आणि ते आपल्यावर थेट हल्ला करतात आपण आजारी पडतो. अगदी संजूसारखे. संजू ? तुम्हाला माहिती नाही संजू कोण तो ? अरे राजूचा भाऊ !! म्हणजे थांबा ती गोष्टच तुम्हाला सांगतो/सांगते....

उपक्रम : गोष्ट सांगणे व त्यावर चर्चा घडवून आणणे.

उद्देश : महत्वाच्या वेळी साबणाने हात धुण्याची आवश्यकता मुलांना पटवून देणे

वेळ : 40 मिनीटे

प्रमुख धडा: चुकीच्या सवयींचा आपल्या आरोग्य व अभ्यासावर होणारा वाईट परिणाम

नियोजन: 1 ली ते 7 वी पर्यंतच्या मुलांसाठी ही कथा आहे, मात्र 1 ते 4, 5 ते 7 च्या विद्यार्थ्यांना कथा सांगताना वेगवेगळ्या पद्धतीने सांगावी



कृती :

(प्रेरकाने ही कथा अत्यंत आकर्षक, रंजक पद्धतीने सांगावी, जेणे करून विद्यार्थी समरस होतील.)

एका शाळेत राजू नावाचा मुलगा होता, तो खूपच हुशार होता, तो नेहमी पहिला नंबर मिळवायचा. पण तो त्याच्या लहान भावामुळे चिंतीत होता. त्याच्या लहान भावाचे नाव संजू होते. संजू राजू सारखा हुशार नव्हता आणि शाळेतही तो नेहमी गैरहजर राहायचा. राजू नेहमी हजर असायचा, पण गेल्या तीन दिवसांपासून राजूही शाळेत गैरहजर होता. जेव्हा तो आला तेव्हा सरांनी त्याला विचारले,

सर : का रे तू तीन दिवस शाळेत का आला नाहीस ?

राजू : मी संजू बरोबर होतो

सर म्हणाले, “ काय ? संजू कोठे आहे ? ”

“तो आजारी आहे आणि हॉस्पिटलमध्ये अँडमिट आहे ” राजूने उत्तर दिले.

“ खरे सांग, तू हेच उत्तर या महिन्यात दोनदा दिलेले आहेस ”- सर, ओरडले.

“सॉरी सर, पण हे खरे आहे ” राजू म्हणाला

मग सर थोडे चिंतेत पडले “ काय झालं रे त्याला ? ”

राजू : सर मला माहिती नाही, पण डॉक्टर काका डायरिया झाला म्हणत होते. मागच्यावेळीही ते असाच आजारी होता.

सर:- डायरिया ? ओह, याचा अर्थ आपल्यापैकी बहुतेकजणांनी चांगल्या आरोग्यदायी सवयी स्वीकारलेल्या नाहीत.

राजू :- ते काय असतं सर ?

मग सर राजूसह सर्व विद्यार्थ्यांना सांगतात :- बाळांनो, संपूर्ण जगात डायरिया हा एक खुपच खतरनाक आजार म्हणून ओळखला जातो. यामुळे करोडो लहान मुलं मुली मृत्युमुखी पडतात. अस्वच्छतेमुळे हा आजार पसरतो. या आजारामुळे आपल्या शरिरातील पाणी कमी होते आणि त्यामुळे अनेकदा माणसे मरतात. पण याला उपाय आहे काळजी करू नका, जसा हा आजार झाल्यावर उपाय आहे तसाच तो होवू नये यासाठीही उपाय आहे. आपण आपल्या रोजच्या जीवनात काही आरोग्यदायी सवयी लावून घेतल्या तर आपण या आजारापासून आपले संरक्षण करू शकतो. केवळ महत्वाच्या प्रसंगी योग्य पद्धतीने हात धुतल्यास आपण 47 % डायरियाचे बळी रोखू शकतो.

राजूने विचारले : सर, महत्वाच्या वेळा कोणत्या आणि योग्य पद्धतीने हात धुणे म्हणजे काय ?

सर : ऐका, आपण आपल्या हाताने अनेक कामं करीत असतो, आपण शिंकताना नाकासमोर हात धरतो, आपण मातीत, चिखलात खेळतो, बॉलने खेळतो, आपण शौचानंतरही पाणी घेण्यासाठी हाताचा वापर करतो म्हणजेच आपण सर्वच कामे हाताने करतो, आणि हा, सर्वात महत्वाचं म्हणजे आपण त्याच हाताने जेवणही जेवतो, कोणी काही दिलं तर खातो. जेव्हा आपण हे सर्व आपल्या हाताने करीत असतो तेव्हा अदृश्य जंतू आपल्या हाताला चिकटतात, जर आपण हात धुतले नाहीत तर हे जंतू आपल्या शरिरात शिरतात, ते आपल्यावर हल्ला करतात आणि मग आपण आजारी पडतो...म्हणूनच आपल्याला हात नेहमी साबणानेच धुतले पाहिजेत. आता महत्वाच्या वेळा कोणत्या असा प्रश्न आहे, संडासला जावून आल्यानंतर, जेवणापूर्वी, स्वयंपाकापूर्वी, कुणाला भरविण्यापूर्वी, पाणी हाताळण्यापूर्वी आपल्याला हात धुवावेच लागतात. याच त्या महत्वाच्या वेळा. पण हात केवळ पाण्याने धुवून चालत नाही, ते साबण आणि पाणी यांनीच हात धुणे आवश्यक आहे, हीच ती योग्य पद्धत.

राजू म्हणाला : सर, मला आता आठवलं आणि समजलंही, मी नेहमीच माझे हात साबणाने धुतो पण संजू तसे करण्याचे टाळतो.

सर : हो बेटा, तूझं बरोबर आहे, तू आजारी पडत नाहीस कारण तू नेहमी साबणाने हात धुतोस पण संजूच्या आजारपणामुळे तूझीही शाळा बुडते ना ? म्हणूनच जर आपल्याला मोठं व्हायचं असेल, जर आपल्याला खूप खूप शिकायचं असेल, आपल्याला खूप सारं खेळायचं असेल तर केवळ संजूच नाही तर आपण सर्वांनीच चांगल्या आरोग्यदायी सवयी लावून घेतल्या पाहिजेत. जेव्हा तू संजूला भेटशील तेव्हा तू त्याला हात धुण्यासाठी प्रोत्साहित कर, त्याच्यासमोर तू नेहमी हात धुत राहा, तुझं बघून बघून त्यालाही हात धुण्याची सवय लागून जाईल.

राजू : खरेच सर, मी तसेच करत जातो आता, याचा संजू आणि मला दोघांनाही फायदाच आहे. थॅक्यू सर.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ मुलं गोष्ट लक्ष देवून ऐकत आहेत का ?
- ✓ मुलं कथेत समरस होत आहे का ? ते कथेला प्रतिसाद देत आहेत का ?

चर्चेचे मुद्दे

1. संजू आणि राजू शाळेतून गैरहजर का होते ?
2. डायरिया म्हणजे काय ?
3. डायरिया कशा प्रकारे टाळता येतो ?
4. कोणत्या महत्वाच्यावेळी हात धुतलेच पाहिजेत ?
5. सरांनी डायरिया बदल काय सांगितले ?
6. सरांनी माहिती दिल्यावर राजूला काय आठवले ?
7. संजूच्या आजाराचा राजूच्या अभ्यासावर काय परिणाम झाला ?
8. आपण केवळ पाण्याने हात धुतले तर चालतील का ?
9. आपण आपल्या हाताने काय काय करतो ?
10. जर आपण महत्वाच्यावेळी हात साबणाने नाही धुतले तर काय होणार ?

समारोप :

1. पाहिलंत मित्रांनो, या कथेतून आपण शिकलो की जर महत्वाच्यावेळी आपण साबणाने हात धुतले नाहीत तर आपण आजारी पडतो, आपला अभ्यास बुडतो, शाळा बुडते, तूम्हाला आजारी पडायचं का ? नाही ना मग नेहमी साबणानेच हात धुवा.

सत्र 3: हात धुण्याचे गाणे (Handwashing song)

मित्रांनो, आज मी तुम्हाला एक गाणं शिकवणार आहे, तुम्हाला आवडतं ना गाणं म्हणायला, पण हे गाणं आपण खेळता खेळता म्हणू आणि हा आपल्याला अॅक्शनही करायची आहे. खूप मज्जा येईल...

उपक्रम : हात धुण्याचे गाणं

उद्देश : हात धुण्याच्या पद्धतीतील टप्पे विद्यार्थ्यांना आत्मसात होणे

वेळ : 45 मिनीटे

प्रमुख धडा: हात धुण्याच्या योग्य पद्धती

नियोजन: हा उपक्रम सर्वच मुलांबरोबर घेता येईल. पण सर्वच विद्यार्थ्यांना एकाच वेळी सहभागी करणे गोंधळाचे होईल त्यामुळे समूह तयार करून खेळ घेणे

साहित्य : या उपक्रमासाठी बॉल, साबण, पाणी, बकेट/टब, स्वच्छ टॉवेल, गाणे, बिल्डींग ब्लॉक्स आदी साहित्य आधीच उपलब्ध करून घेणे, सचिनची जाहिरात.



कृती :

- मुलांना विचारा की ते त्यांचे हात स्वच्छ करण्यासाठी कसे धुतात?
- त्यानंतर त्यांना सांगा की आपण एक खेळ खेळणार आहोत की ज्यात हात धुण्याच्या स्टेप्स आपण शिकणार आहोत.
- मुलांना वर्तुळाकार बसवावे.
- त्यांना हात धुण्याचे गाणे शिकवावे, त्याच बरोबर योग्य स्टेप्सही शिकवाव्यात. गाणे व स्टेप्स सोबत सोबत करण्यासही शिकवावे.
- त्यानंतर मुलांकडे बॉल देवून तो गाणे म्हणता म्हणता एकमेकाकडे फेकण्याची सुचना करावी.

- गाणं जेव्हा थांबेल तेव्हा बॉल ज्या विद्यार्थ्यांच्या हातात असेल त्याला/ तिला वर्तुळात समोर येवून सर्व स्टेप्स सह साबणाने हात धुवायला सांगणे.
- टब/ बकेटचा वापर हात धुतलेले पाणी गोळा करण्यासाठी व नंतर योग्य ठिकाणी टाकण्यासाठी करावा.
- त्याचवेळी अन्य मुले हात धुण्याचे गाणे म्हणतील व वर्तुळातील विद्यार्थी ज्या पद्धतीने स्टेप्स घेईल त्याप्रमाणे हावभाव करीत बॉल पुन्हा एकमेकांकडे टाकतील
- मुलांना हात त्यांच्या स्वतःच्या स्वच्छ रुमालाने किंवा पुरवठा केलेल्या स्वच्छ टॉवेलला पुसण्यास सांगणे जर असा टॉवेल किंवा रुमाल उपलब्ध नसेल तर अशा प्रसंगी हात हवेत हलवून वाळविणे हे त्यातल्यात्यात योग्य ठरेल.
- वर्तुळातील प्रत्येक विद्यार्थी हात धुण्यासाठी जो पर्यंत आत येत नाही तोपर्यंत गाणे, हावभाव व बॉल एकमेकांकडे टाकणे सुरुच ठेवावे.
- जर काही मुलाना संधी मिळतच नसेल तर मुलांना त्यांच्याकडेच गाण्याच्या शेवटी बॉल टाकण्याची सुचना करावी, जेणे करून प्रत्येकाला हात धुण्याची संधी मिळेल.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ सर्व विद्यार्थी हात धुण्याच्या स्टेप्स योग्य पद्धतीने करीत आहेत ?
- ✓ सर्व विद्यार्थी गाण्याचे बोल व हाताच्या स्टेप्स एकत्र करीत आहेत ?

हात धुण्याचे गाणे :-

हे गाणे मराठी, हिंदी व इंग्रजी या तिन्ही भाषेमध्ये उपलब्ध आहे, प्रेरक ते सर्व भाषेत शिकवू शकतो किंवा ते नोडल शिक्षकाकडे देवून वेगवेगळ्या मुलांकडून ते पाठांतर करून घेता येवू शकते. प्रेरकाने हे गाणे संपूर्ण शाळा संपर्क अभियानादरम्यान म्हणायचे आहे. या गाण्यासोबत हात धुण्याचे हावभाव नसतील तर गाणे व्यर्थ आहे. हे गाणे वेगवेगळ्या भाषेमध्ये शाळेत कुठे रंगविता येईल किंवा अन्य कोणत्या तरी प्रकारे प्रदर्शित करता येईल ते बघावे, हे गाणे हात धुण्याच्या स्टेप्ससह हात धुण्याच्या सुविधेच्या जवळ प्रदर्शित केल्यास ते जास्त योग्य होईल. या गाण्याच्या चालीसाठी प्रेरकाने उपलब्ध असलेल्या सचिनच्या जाहिराती पाहाव्यात, त्या प्रेरकांना उपलब्ध करून दिल्या जातील. त्यांनी त्या शाळांनाही उपलब्ध करून द्याव्यात.



(मराठी)

सर्वात आधी होतो.... हात ओला
मग हातावर नाचतो साबण रंगिला
शब्बास, हाताला मिळते मग हाताची साथ
नंतर मग वळून पूढे मागे खेळे हात
अरे, खेळा खेळा खेळा दहा बोटांत शिरून
मग चालवा नखांची... छन छना छन चक्कर
हात करती पाण्यात छमछम छम
कारण स्वच्छ हातामध्येच आहे दम

(हिंदी)

सबसे पहले होता हैहात गिला
हां, फिर हात में नाचेसाबून रंगिला
शब्बास, हात से होता फिर ,,,, हाथ का साथ
और फिर घुमके आगे फिछे.....खेले हाथ
खेलो खेलो खेलो तब... ऊंगलियोंमें घुसकर
और फिर चलाओ नाखूनों का....चल चला के चक्कर
हाथ करें पानी में छम छम छम
क्योंकी साफ हाथ मेंही है दम
(इंग्रजी)

*“First of all you should... wet your hands,
Then on your hands... the soap does a dance,
One hand thenmeets the other,
The hand then does... a front- back number,
Then it's time to play ... in between the fingers,
And make the nails ...move around in circles
Then the water splashes on your hands,
‘Cause clean hands are strong hands.”*

चर्चेचे मुद्दे :

1. तुम्हाला हे गित आवडले का ? का आवडले ?
2. या गाण्यामधून आपल्याला कोणता संदेश मिळाला ?
3. या गाण्यातून आपण काय शिकलो ?
4. जर आपण साबणाने हात धुतले नाहीत तर काय होईल ?

समारोप : मित्रांनो, हे गाणे सचिन तेंडुलकरने केलेल्या जाहिरातीतील आहे, सचिन तुम्हाला आवडतो ना ? मग तुमचा आवडता खेळाडूही हात स्वच्छ धुवायला सांगत आहे.



सत्र 4 : साबणाने हात धुण्याची शर्यत (Handwashing race)

उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

नमस्कार बाल मित्रांनो, आज आपण एक खेळ घेवू. चला तर मग.

उपक्रम : पाणी व साबणाने हात धुण्यासाठी धावण्याची शर्यत

उद्देश : कमी वेळेत अगदी योग्य पद्धतीने हात धुण्याची सवय

वेळ : 45 मिनीटे

प्रमुख धडा: कमी वेळेतही योग्य पद्धतीने धुणे शक्य आहे

नियोजन: मुलांना वेगवेगळ्या समुहामध्ये विभागून घेणे (एका समुहात 4 ते 8 मुलं याप्रमाणे)

साहित्य : बार साबण, शुद्ध पाण्याची बकेट, मग्गा. जेवढे समुह असतील त्या प्रमाणात हे साहित्य लागेल.



कृती :

- हात स्वच्छ राहाण्यासाठी तुम्ही काय करता असे मुलांना विचारावे.
- यापूर्वी त्यांना शिकविण्यात आल्याप्रमाणेच मुलं हात धुताना सर्व स्टेप्स करतात का हे जाणून घेणे
- धावत जावून कमी वेळेत हात योग्य पद्धतीने धुण्याची शर्यत आज आपण खेळणार आहोत याची मुलांना कल्पना द्यावी.
- 4-5 फुट रुंदीचा व 20-30 फुट लांबीचे ट्रॅक बनवून घेणे.
- सुरुवातीला Start point आणि शेवटी End point मार्क करून घेणे
- त्यानंतर सर्व समुहांना स्टार्ट पॉइंटच्या मागे रांगेत राहाण्यास सांगणे
- इन्ड पॉइंटला पाणी भरलेली बकेट, साबण. मग्गा ठेवून देणे
- त्यानंतर मुलांना पुन्हा खेळाविषयी कल्पना देणे.
 - a. ही धावण्याची शर्यत आहे

- b. मुलांना धावत जावून केवळ दहा सेकंदात साबणाने हात धुवून पुन्हा आपल्या जागेवर यावं
- c. हात धुताना प्रेरक दहा सेकंदाची माहिती मोठ्याने देत राहिल
- d. हात धुताना विद्यार्थ्याने हात धुण्याच्या सर्व स्टेप केल्याच पाहिजेत.
- e. पहिला विद्यार्थी आल्यानंतर दुसऱ्या विद्यार्थ्याने धावून हात धुवायचे आहेत.
- f. जेव्हा सर्व मुलांचे हात धुवून होतील तेव्हाच हा खेळ संपेल.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ मुलं हात धुण्यासाठी संपूर्ण दहा सेकंद वापरत आहेत का?
- ✓ कमी वेळेत हात धुताना मुलं सर्व स्टेप्स करत आहेत का ?
- ✓ हात धुवून परतताना मुलं पाण्याचा मग्गा, साबण व्यवस्थीत ठेवतात ?
- ✓ मुलं हात कशी वाळवत आहेत ?

चर्चेचे मुद्दे :

1. कमी वेळेत हात धुताना काय वाटले ?
2. कमी वेळेत हात धुताना जर स्टेप्स केल्या नाही तर काय होईल ?
3. असा प्रसंग कधी घडतो ?
4. हात न धुता जेवलो तर काय होईल ?

समारोप :

मित्रांनो, आपल्या वेळ कितीही असो, हात धुतल्याशिवाय कोणताही पदार्थ खाणे आरोग्यास आहे, त्यामुळे कमी वेळेतही आपण योग्य पद्धतीने हात धुवू शकतो हे आज आपण पाहिले. कारण हात धुतले नाहीत तर मात्र मग आजारी पडा नि डॉक्टरचे इंजेक्शन घ्या, त्यापेक्षा हात धुणे चांगलेच ना ?

सत्र 5 : हात, पाणी आणि साबण (Hand water & Soap)

उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

मित्रांनो, आपले आरोग्य हेच आपले खरे बक्षीस आहे. आपण त्यासाठी स्वच्छतेच्या चांगल्या सवयी वेळीच अंगिकारल्या पाहिजेत. त्यासाठी आपल्याकडे वेगवेगळी साधने आहेत. आज आपण त्याबाबतचाच एक खेळ घेणार आहोत.

उपक्रम : हात, पाणी आणि साबण

उद्देश : केवळ पाणी आणि साबणच हाताची रक्षा करू शकतात हे मुलांना स्पष्ट करणे.

वेळ : 45 मिनिटे

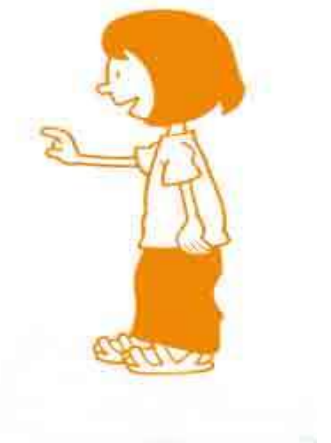
प्रमुख धडा: निरोगी जीवनासाठी रोज साबणाने हात धुणे हाच योग्य पर्याय आहे

नियोजन: प्रत्येकी तीन मुलं असतील असे समूह बनविणे

साहित्य : विजेत्यांसाठी बक्षीसे

कृती :

- मुलांना हात, पाणी व साबण यांच्या अॅक्शन्स कशा करायच्या ते शिकवणे
- पंजा म्हणजे हात, मुठ म्हणजे साबण, एक अंगठा वर उचलेली निशाणी म्हणजे पाणी अशी सांकेतिक माहिती मुलांना देणे



- या खेळात प्रेरक हा सर्व मुलांना वेगवेगळ्या समूहात पाठवेल, एका समूहात केवळ तीनच मुले हवीत. या मुलांना वरील प्रमाणे सांकेतिक माहिती दिली की प्रेरक मोठ्याने हात, पाणी व साबण असे एकापाठोपाठ एक, पण थांबत थांबत म्हणेल, जस जसा तो/ती साबण, पाणी, हात असे म्हणत असेल त्याचवेळी मुल आपल्या हाताच्या सहाय्याने सांकेतिक चिन्ह तयार करतील.
- उदा. प्रेरकाने साबण म्हटले की विद्यार्थी साबणाची अॅक्शन म्हणजे मुठ बांधून ती दाखवतील, हात म्हटला की पंजा दाखवतील इ.
- सरावाचा राऊंड संपल्यानंतर सर्व मुलांना डोळे बंद करायला लावणे व प्रत्येक मुलाने तीन पैकी कोणतीही एक कृती करण्याची सुचना करावी.
- त्यानंतर साबण, पाणी, हात असे प्रेरकाने बोलताच सर्व मुले वेगवेगळ्या अॅक्शन्स करतील. ज्या समूहातील तिन्ही मुलांनी एकाच प्रकारच्या अॅक्शन्स केलेल्या असतील तो समूह पराभूत होईल ते

खेळातून बाद होतील तर ज्या समुहातील तिन्ही मुलांपैकी कुणी साबण, कुणी पाणी तर कुणी साबणाची ॲक्शन केली असेल तो समूह योग्य असेल. त्यांना पुढच्या राऊंडसाठी निवडणे

- पाणी, साबण व हात असे अनेक समूह असतील तर पुन्हा पुन्हा अशाच प्रकारे उपक्रम घ्यायचा, व शेवटी जो समूह पाणी, साबण व हात बनेल तोच विजेता मानला जाईल.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ सर्व मुलांना खेळ कळलेला आहे ?
- ✓ सर्वच मुलं खेळात सहभागी होत आहेत ?

चर्चेचे मुद्दे :

1. कोणते समूह विजयी झाले ?
2. कोणते समूह खेळातून बाद झाले ?
3. समूह विजयी होणे व बाद होणे याचे कारण काय ?
4. या खेळातून आपण काय शिकलो ?

समारोप :

मित्रांनो आपण हे पाहिलं की पाणी, साबण आणि हात असलेला समूहच विजयी झाला. याचाच अर्थ असा की, जर केवळ पाणी आणि साबण, केवळ साबण आणि हात असे समूह असतील तर ते बाद झालेले आहेत. याचे कारण हात धुताना पाणी व साबण या दोघांचाही वापर केला तरच हात स्वच्छ धुतले जातात. केवळ पाणी हे हात धुण्यासाठी पुरेसे नाही. मग विसरणार नाही ना हे कधी?



सत्र 6 : बिट्टू (Bittu game)

नव्या उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

मित्रांनो, आज आपण एक खेळ खेळणार आहोत. आतापर्यंत आपण जे जे शिकलो ते ते आपण किती स्वीकारले हे पहाण्याचाच हा खेळ, जो या खेळात विजयी होईल त्याने जे शिकलो ते स्वीकारले असे लक्षात येईल. खेळाचे नाव आहे बिट्टू खेळ, यातील बिट्टू म्हणजे कॅप्टन. चला तर शोधू आपण आपला कॅप्टन



उपक्रम : बिट्टू खेळ

उद्देश : मुलांनी स्वच्छतेच्या सवयी कितपत अंगिकारल्या याची पडताळणी करणे

वेळ : 30 मिनिटे

प्रमुख धडा: कोणतेही काम करताना हात साबणाने स्वच्छ धुवावे, हे कधीच विसरू नये

नियोजन: दहा मुलांचा समूह

साहित्य : मुलांना द्यावयाचे बक्षीसे, सर्व सहभागींसाठी गळ्यात अडकविण्याची ओळखपत्र यावर शाळा स्वच्छता मित्र असा उल्लेख असावा.

कृती :

- आपण कॅप्टन बनण्याचा खेळ खेळत आहोत, तसेच कॅप्टन हा सुदृढ असावा याची त्यांना कल्पना द्यावी.
- सर्व विद्यार्थ्यांनी बिट्टूच्या सुचना लक्षपूर्वक पाळायच्या आहेत हे स्पष्ट करावे.
- आतापर्यंत झालेल्या वेगवेगळ्या खेळांमध्ये चमक दाखविलेल्या मुलाला/ मुलीला सुरुवातीला बिट्टू म्हणून निवडावे. या बिट्टूला खेळाची, द्यायच्या आदेशाची संपूर्ण कल्पना द्यावी.
- त्यानंतर मुलांना वेगवेगळे हावभाव करायला लावणे, जसे की आंबे पाडा, जेवण जेवा, अंडे फोडा, साबण घ्या, हात धुवा, पाणी घ्या इ. काही हावभावांचे अपेक्षित चित्र दिलेले आहे त्याप्रमाणे सुरुवातीला सराव करून घ्यावा.
- त्यानंतर बिट्टू मुलांसमोर जावून सुचना करण्यास सुरुवात करेल
- सुचना क्र. 1, अंडे फोडून त्याचे ऑम्लेट बनवा, ही सुचना मिळताच सहभागी विद्यार्थी हावभाव करतील.

- सुचना क्र.2, तयार झालेले ऑम्लेट आता खाऊन टाका, ही सुचना मिळताच सहभागी विद्यार्थी हावभाव करतील
- सुचना क्र. 3, संडासला जावून या, ही सुचना मिळताच सहभागी विद्यार्थी हावभाव करतील
- हे करीत असताना बिट्टू सर्व मुलांकडे लक्ष ठेवेल, की अंडे फोडण्यापूर्वी मुले हात धुण्याचा अभिनय करतात का ?, अंडे खाण्यापूर्वी हात धुतात का ? खाल्ल्यानंतर हात धुतात का ? संडासला जावून आल्यानंतर हात धुतात का ? जी मुलं हात धुण्याचे हावभाव करतील ते ठरतील बिट्टू म्हणजेच कॅप्टन बनून अन्य मुलांना सुचना देतील, त्यावेळी पुन्हा नव्याने हा खेळ खेळला जाईल. यावेळी प्रत्येक सुचने नंतर कॅप्टन हात धुण्याची आठवण करून देईल.
- उदा. अंडे फोडा, अरे अगोदर हात साबणाने धुवा, मग मुले चित्रात दाखविल्याप्रमाणे हात धुण्याचा अभिनय करतील.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ विद्यार्थी सुचनांचे योग्य पालन करीत आहेत ?
- ✓ विद्यार्थी महत्वाच्या प्रसंगी हात धुण्याचा अभिनय करीत आहेत ?

चर्चेचे मुद्दे :

1. तुम्ही कॅप्टन कसे बनाल ?
2. जर संडासला जावून आल्यानंतर हात साबणाने धुतले नाहीत तर काय होईल ?
3. हा संदेश तुम्ही घरातील लोकांना व मित्रांना द्याल ? कोणाला सांगाल आणि कसे ?

समारोप :

मित्रांनो, आपल्या हे लक्षात आले आहे की, महत्वाच्यावेळी हात साबणाने धुवायलाच हवेत, पण अजूनही काही विद्यार्थी ही सुचना पाळत नाही असे आजच्या खेळावरून लक्षात आले आहे, हे चांगले नाही, जर असेच राहिले तर ते आजारी पडतील, त्यांचा अभ्यास बुडेल, आणि त्यांचे नुकसान होईल, त्यामुळे आपण आज सर्वांनी निर्धार करू या की आम्ही कधीच हात साबणाने धुण्याचे विसरणार नाही.



सत्र 7: सोबती आणि साबण (Catch and Soap)

नव्या उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

मित्रांनो, आज आणखी एक खेळ आपण. सोबती आणि साबण.

उपक्रम : सोबती आणि साबण

उद्देश : जंतू हे अदृश्य असतात व ते डोळ्यांनी दिसत नाही केवळ साबण आणि पाणीच मुलांना वाचवतात

वेळ : 45 मिनिटे

प्रमुख धडा: साबण आणि पाण्यामुळे आपण न दिसणारे जंतू मारून सुरक्षीत राहातो.

नियोजन: मुलांना साबण, पाणी व हात अशी नावे देवून समूह तयार करावेत,

साहित्य : पाण्याची बॉटल, साबण व जंतूचे चित्र



कृती :

- सोबती व साबण हा खेळ आपण खेळत आहोत हे विद्यार्थ्यांना सांगणे
- त्यातील तीन विद्यार्थ्यांची निवड करणे, त्यातील एकाला पाणी, एकाला साबण व एकाला जंतूची भूमिका करायची आहे, त्यांना तशी नावे द्यावीत
- पाणी म्हणून ज्याची ओळख आहे त्याच्या हातात बॉटल, साबणच्या हातात साबण द्यावा.
- पाणी आणि साबण एका बाजूला उभे राहतील आणि जंतू हा अन्य मुलांच्या मागे लागेल, पकडापकडी खेळतात तसा, ज्या मुलाला तो पकडले त्याच्याशी तो हात मिळवेल.
- ज्या मुलाला जंतूने हात मिळवला ते मुल खाली बसेल
- अशा खाली बसलेल्या मुलाकडे साबण व पाणी धावत जाईल, एक हात साबण पकडेल तर दुसरा हात पाणी , त्यामुलाचे हात धरून त्याला हे दोघेही उठवतील व त्याला सुरक्षीत करतील मग तो मुलगा जंतू पासून दूर पळू लागेल जंतू पुन्हा पाठलाग करेल.
- मैदानात जंतूने हात मिळवल्याने खाली बसलेला एकही विद्यार्थी नसेल याची खबरादारी साबण व पाणी घेतील.
- जेव्हा मैदानात एकही मुल बसलेलं नसेल तेव्हा पाणी व साबण जंतूच्यामागे लागतील व त्याला पकडतील तेव्हा खेळ संपेल.
- नोंद घ्यायच्या गोष्टी :
 - ✓ मुलांना हा खेळ कळला आहे ?

✓ मुलं जंतूने स्पर्श केल्यानंतर खाली बसत आहेत ?

चर्चेचे मुद्दे :

1. जे जंतूने पकडले तेव्हा काय झाले ?
2. जंतूने पकडलेली मुलं पुन्हा का धावू लागली ?
3. त्यांना जंतूपासून कोणी वाचविले ?
4. आपण उघड्या डोळ्याने जंतू पाहू शकतो का ?

समारोप :

पाहिलंत मित्रांनो, साबण आणि पाणीच जंतूपासून आपले रक्षण करू शकते. उघड्या डोळ्यांनी जंतू आपल्याला दिसत नाहीत, ते कधीही कुठेही आपल्यावर हल्ला करून आपल्याला आजारी करू शकतात, त्यामुळे आपल्याला सतत काळजी घ्यावी लागेल, केवळ एकदाच हात साबणाने धुतला म्हणजे झाले नाही कारण जंतू जसे सतत हल्ला करतात तशीच आपली सुरक्षाही सतत केली पाहिजे.

सत्र 8 : पाणी से साबून मिलाते चलो (Soap Tag)

नव्या उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

मित्रानो, जंतू हे अदृश्य असतात व पाणी व साबणच आपली रक्षा करू शकतो, आज आपण साबण व पाणी कसे काम करते ते पाहू. त्यासाठी आपण एक खेळ खेळू. खेळाचे नाव आहे पाणी से साबून मिलाते चलो.

उपक्रम : पाणी से साबून मिलाते चलो,

उद्देश : पाणी व साबण ही साखळी सर्व जंतू मारतात हे विद्यार्थ्यांच्यात आणून देणे

वेळ : 45 मिनिटे

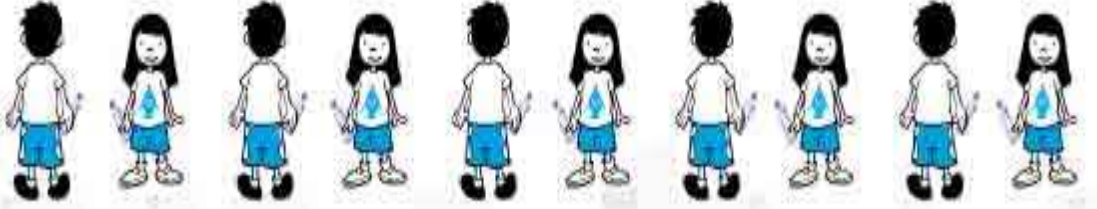
प्रमुख धडा: पाणी व साबण यांचा संयोग झाला की पाणीच साबण बनते व जंतूनाशक ठरते.

नियोजन: मुलांना पाणी , जंतू , साबणाची भूमिका द्यावी. या खेळासाठी दहा मुले पाणी , एक मुल साबण व पाच मुलं जंतू असेल. मागिल खेळात जंतू म्हणून निवडलेल्या मुलांनाच यावेळी जंतू म्हणून निवडू नये

साहित्य : पाण्याची बॉटल, साबण व जंतूच चित्र, शिवाय सहभागी विद्यार्थ्यांसाठी स्वच्छता बॅंड

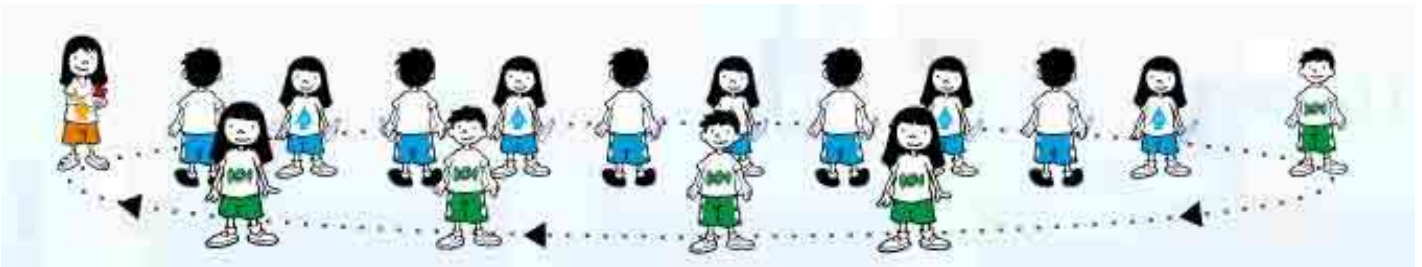
कृती :

- मुलांना खेळाचे स्वरूप सांगा
- या खेळासाठी एकूण सोळा मुलं लागतील. त्यातील दहा जणांना पाण्याची भूमिका करायची आहे तर पाच जणाना जंतू बनायचे आहे, व एकच साबण असेल. या सर्वांकडे त्यांच्या त्यांच्या

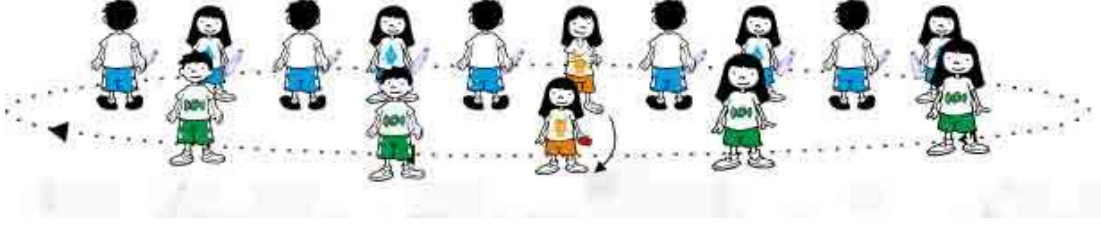


भूमिकेनुसार वस्तू असतील.

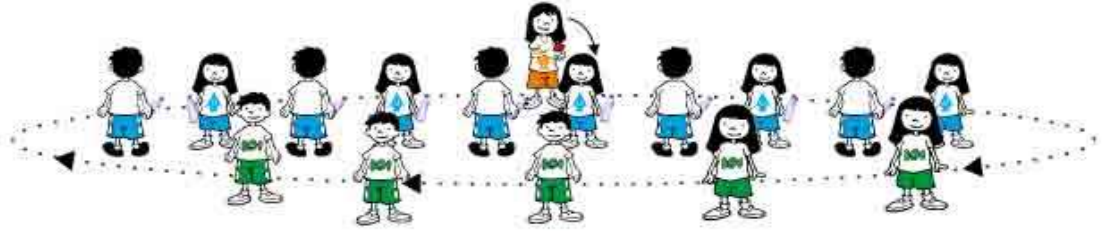
- पाणी बनलेली दहा मुलं खो खो खेळताना जसे बसतात तशा प्रकारे एका रांगेत एक हाताचे अंतर ठेवून उभी राहातील. एकाचा चेहरा इकडे तर दुसऱ्याचा तिकडे याप्रमाणे
- जंतूना पकडण्यासाठी साबण मागे लागेल तेव्हा हे जंतू या पाण्याच्या भवती घड्याळ्याच्या दिशेने धावतील.



- त्यानंतर जंतू पाण्याच्या मध्ये जी जागा आहे त्यामधून पळतील. साबण काही जंतूला एकटा



पकडू शकत नाही त्यामुळे साबण पाण्याला स्पर्श करून त्याच्या हातात एक साबण देईल. मग हे पाणी साबण बनेल आणि मग साबण व पाणी मिळून जंतूंचा पाठलाग केला जाईल, अशा प्रकारे एक एक करून सर्वच पाण्याला साबणाचा स्पर्श होत राहील व सर्वच साबण बनेल, मग ते साबणाचे पाणी एक एक करून जंतूंना पकडतील आणि हा खेळ संपेल.



नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ सर्व मुलं हा खेळ मनापासून खेळत आहेत ?
- ✓ साबणाने स्पर्श केलेलेच पाणी जंतूंच्या मागे लागलेले आहे की केवळ पाणीच ?

चर्चेचे मुद्दे

1. आपल्याला कोणाला संपवायचे आहे ?
2. आपण जंतूंना कसे संपवणार ?
3. ही केवळ एकदाच करण्याची कृती आहे का ?

समारोप :

मित्रांनो, आपण हे लक्षात घेतलं पाहिजे की केवळ एकटा साबण काहीच कामाचा नाही तो जंतू पकडू किंवा मारू शकत नाही तसेच केवळ एकटं पाणी काहीच उपयोगाचे नाही, या दोघांना एकत्र केले तरच जंतूंना संपवता येते. तसेच ही एकाच वेळी करण्याची कृती नाही हे तुम्हाला माहितीच आहे. ही अखंड प्रक्रिया आहे. केव्हा केव्हा आपण हात धुवायला हवेत ? (मुलांनी उत्तर दिल्यानंतर) शब्बास, कधीच विसरू नका व पाळाही,

सत्र 9 : कचरा गोळा करुन त्याचे व्यवस्थापन करण्याची शर्यत (Solid waste management race)

उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

मित्रांनो, आपण स्वच्छतेचे धडे घेत असतो, धनकचरा व्यवस्थापन हा यातील महत्वाचा घटक आहे, याबाबतचाच एक खेळ आपण घेवू. या खेळातही आपल्याला शर्यत लावायची आहे.

उपक्रम : कचरा गोळा करुन त्याचे व्यवस्थापन करण्याबाबत शर्यत

उद्देश : स्वच्छता ही आपलीही जबाबदारी आहे याची जाणीव मुलांना होणे

वेळ : 45 मिनीटे

प्रमुख धडा: कच-याच्या व्यवस्थापनाचे महत्व

नियोजन: मुलांना वेगवेगळ्या समुहात विभागावे (6 ते 10 मुलांचा एक समूह)

साहित्य : कचरा कुंडी, मार्किंग पावडर, कागदाचे तुकडे, जेवढी मुलं आहेत तेवढे तुकडे हवेत.

कृती :



- मुलांना वेगवेगळे समुह तयार करण्यास सांगणे
- टाकाऊ वस्तुंचे योग्य व्यवस्थापन करण्याचा खेळ आपण खेळणार आहोत याची त्यांना कल्पना द्यावी.
- 4 ते 5 फुट रुंदीचा व 30 ते 40 फुट लांबीचा ट्रॅक बनवावा. जेवढे समुह असतील तेवढे ट्रॅक बनवावेत.
- या ट्रॅकचा सुरुवातीचा पॉईंट व शेवटचा पॉईंट मार्क करावा.
- सुरुवातीच्या पॉईंटच्या मागे सर्व विद्यार्थ्यांना रांगा करुन राहण्यास सांगणे तर शेवटच्या पॉईंटवर कचरा कुड्या ठेवाव्यात. प्रत्येक समूहासाठी स्वतंत्र कचरा कुंडी हवी.
- जेवढी मुलं आहेत तेवढे कागदाचे तुकडे (कचरा) ट्रॅकवर टाकावेत.

- त्यानंतर मुलांना खेळाचे नियम सांगावेत, ही शर्यत असून यात प्रत्येक विद्यार्थ्याने धावत जावे, व धावता धावता मार्गातील कागदाच्या तुकड्यांपैकी कोणताही एक तुकडा उचलून तो कचरा कुंडीत टाकावा, व तेथून पुन्हा धावत मुळ ठिकाणी यावे. एक विद्यार्थी परत आल्यानंतर दुसरा खेळाडू तसाच जाईल.
- सर्व मुलं व सर्व कागदाचे तुकडे उचलून कचरा कुंडीतच बरोबर टाकल्यानंतरच हा खेळ संपेल.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ प्रत्येक मुलं कागदाचा तुकडा उचलत आहे ?
- ✓ ते गडबडीतही बरोबर कचरा कुंडीतच कचरा टाकत आहेत ?

चर्चेचे मुद्दे :

1. मैदानात कचरा पडलेला होता ते कसे दिसत होते ?
2. तो कचरा जर कचरा पेटीत न टाकता पुन्हा बाहेर टाकला असता तर कसे दिसले असते ?
3. कचरा कोणी उचलला, एकट्यानेच सर्व उचलला की सर्वांनी एक-एकच उचलला ?
4. जेव्हा आपण असा कचरा पाहू तेव्हा यापूढे काय करू ?
5. जर तुमच्या मित्राने / मैत्रीणीने उघड्यावर कचरा टाकला तर तुम्ही काय कराल ?
6. कचरा उचलणे साफ करणे ही जबाबदारी कोणा एकट्याचीच आहे का ?

समारोप :

मित्रांनो, आपण हे चित्र ठिकठिकाणी पाहातो की, जिकडे तिकडे कचरा टाकलेला असतो, या कचऱ्यामुळे सार्वजनिक आरोग्य धोक्यात आले आहे. जर कचऱ्याचे योग्य व्यवस्थापन केले नाही तर रोगराई पसरण्यास संधीच मिळते. काही टाकाऊ वस्तू सडतात त्याचे योग्य व्यवस्थापन केल्यास त्यांचा वापर खता सारखा करता येतो, तर ज्या टाकाऊ वस्तू सडत नाही त्यावर प्रक्रिया करून त्या पुन्हा वापरात आणल्या जातात. पण अशा प्रकारे व्यवस्थापन केले नाही तर दुर्गंधी पसरणे, रोगराई पसरणे असे प्रकार होतात. हे होऊ नये म्हणून कचरा टाकण्यासाठी नेहमीच कचराकुंड्यांचा वापर करावा, शाळेत किंवा घरीही. आपण एवढे तर निश्चीतच करू शकतो, हो की नाही ? कारण आपल्याला निरोगी वातावरण हवे आहे, चांगल्या सवयी लावल्या की वातावरण आपोआप निरोगी होईल.



सत्र 10 : चूक की बरोबर ओळखणे (True or False)

उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

मित्रानो, आपण साबण व पाण्यानेच हात धुतल्यानंतर जंतू मरतात हे शिकलोय, शिवाय अन्यही स्वच्छतेच्या गोष्टी शिकलोय, आता आपण एक खेळ घेणार आहोत, खरे तर ही स्पर्धाच आहे, आपल्याला काय चुक काय बरोबर हे शोधायचे आहे.

उपक्रम : चूक की बरोबर ओळखणे

उद्देश : मुलांना काय योग्य काय अयोग्य हे ओळखता येणे

वेळ : 45 मिनिटे

प्रमुख धडा: आरोग्यदायी सवयी याच हिच योग्य जीवनपद्धती आहे.

नियोजन: मुलांना वेगवेगळ्या समूहात विभागणे , एका समूहात 4 ते 5 मुलं असतील.

साहित्य : मार्किंग पावडर, चूक किंवा बरोबर प्रश्नांची यादी , बक्षीसे



कृती :

- मार्किंग पावडरने दोन बॉक्स तयार करा व त्यातील एकावर T तर दुस-यावर F असे लिहा. जेवढे समूह आहेत तेवढे बॉक्स बनवा.
- विद्यार्थी आपआपल्या समूहात राहातील.
- त्यानंतर एक समूहाला प्रश्न विचारायचा.
- ज्या समूहाला प्रश्न विचारला जाईल त्या समूहाच्या रांगेतील पहिला विद्यार्थी समूहातील विद्यार्थ्यांशी उत्तराबद्दल चर्चा करून ताबडतोब बॉक्सच्या दिशेने जाईल व विचारलेला प्रश्न चुक की बरोबर हे ठरवून आपल्याला हव्या त्या बॉक्समध्ये पाय ठेवेल, व तो परत येईल.
- विद्यार्थ्यांनी कोणत्या प्रश्नावर कोणत्या बॉक्समध्ये पाय ठेवला याची नोंद प्रेरक न चुकता ठेवेल. कारण त्यावरच विजेता ठरणार आहे.
- ज्या समूहाने सर्वच प्रश्नांची उत्तरे बरोबर दिलेली असतील तो समूह विजेता ठरेल.
- जे समूह उत्तरे चुकलीत त्यांच्यासाठी सर्व बरोबर उत्तरांची घोषणा खेळ संपल्यानंतर करावी.

- सर्व मुलांना सहभाग मिळेपर्यंत हा खेळ सुरु ठेवावा.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ कोणत्या प्रश्नाचं उत्तर सर्वच मुलांनी अचूक दिले ?
- ✓ कोणत्या प्रश्नाचं उत्तर सर्वच / जास्तीत जास्त मुलांनी चुकीचं दिलं ?

प्रश्नावली(सुचविलेले)

- ❖ साबण व पाण्यानेच हात धुतल्यास हाताचे जंतू निघून जातात (बरोबर, T)
- ❖ उघड्यावर संडास केल्यास रोगराई पसरते (बरोबर, T)
- ❖ आपण उघड्यावर कचरा टाकून द्यावा (चूक, F)
- ❖ जेव्हा दात घासत असतो, तसेच जेव्हा चेहरा धुवत असतो तेव्हा पाणी वाया जावू नये म्हणून नळ बंद करून ठेवावा (बरोबर, T)
- ❖ पाणी व स्वच्छतेच्या सुविधांच्या देखभाल दुरुस्तीची जबाबदारी आपली नाही(चूक, F)
- ❖ पाणी व स्वच्छतेच्या सुविधा नेहमीच वापरण्याची गरज नाही (चूक, F)
- ❖ पाणी व स्वच्छतेच्या सुविधांची काही तुटफूट झाली तर आपण शिक्षकांना सांगावे (बरोबर, T)
- ❖ जर आपल्या पाणी व स्वच्छतेच्या सुविधांचा कोणी गैरवापर करीत असेल तर आपण त्यास थांबावावे. (बरोबर, T)
- ❖ आपण आपल्या कुटूंबातील सदस्य व मित्रांनाकडेही साबणाने हात धुण्याबाबत आग्रह केला पाहिजे (बरोबर, T)
- ❖ या सुविधा आपल्या आरोग्यासाठीच आहेत (बरोबर, T)
- ❖ संडासहून आल्यानंतर कधी कधी हात साबणाने धुतले नाहीत तरी चालते (चूक, F)
- ❖ आपले हात घाण दिसत नाहीत म्हणजे ते धुण्याची गरज नाही (चुक, F)
- ❖ आपले हात स्वच्छ दिसतात म्हणजे त्यावर जंतू नसतात (चूक, F)

समारोप :

मित्रांनो, आज आपण ही स्पर्धा घेतली त्यातून आपली प्रगती होताना दिसत आहे, पण अजूनही काही वेळा चुका होवू नये म्हणून आपण सावध असायला हवे .

सत्र 11: जोड्या लावणे (Match the habits)

नव्या उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

आज आपण एक वेगळी स्पर्धा घेणार आहोत, चांगल्या सवयी व त्याचे परिणाम यांच्या जोड्या लावणार आहोत.

उपक्रम : जोड्या लावणे

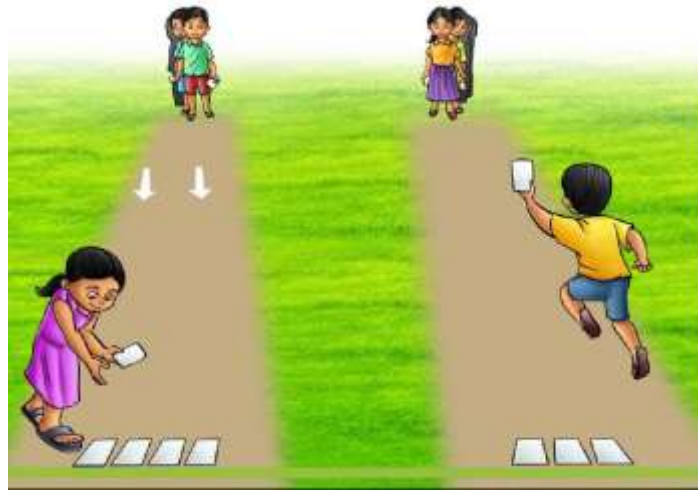
उद्देश : चांगल्या सवयींचे परिणाम मुलांना कळतील

वेळ : 60 मिनिटे

प्रमुख धडा: चांगल्या गोष्टींचे परिणाम चांगलेच होतात, त्यामुळे चांगल्या सवयी स्वीकारा

नियोजन: मुलांचे वेगवेगळे समूह तयार करावेत, एका समूहात 8 ते 12 मुलं असतील

साहित्य : मार्किंग पावडर, चांगल्या , वाईट सवयी त्याचे परिणाम याबाबत कार्डस, बक्षीसे



कृती :

- मुलांना 8 ते 12 जणांचे तीन ते चार समूह करायला सांगणे
- आरोग्यदायी सवयीं ओळख्याचा खेळ आपण खेळत आहोत याची मुलांना कल्पना द्या.
- यापूर्वीच्या खेळांप्रमाणेच यासाठीही ट्रॅक तयार करणे. ही त्याच खेळांप्रमाणे शर्यत आहे.
- समोरच्या ठिकाणी आरोग्यदायी सवयींच्या कार्डचा संच ठेवावा, तर मुलांच्या हातात देण्यासाठी वर्तनांच्या कार्डचा संच ठेवावा.
- मुलांना एक ओळीने उभं केल्यानंतर त्यांच्या हातात वर्तनाची कार्डस द्यावीत
- ज्याच्या हातात कार्ड असेल त्याने धावत जावून समोर ठेवलेल्या आरोग्यदायी सवयीचे कार्डमधून आपल्या हातातील वर्तन कार्डाला सुसंगत कार्ड निवडून धावत मागे यावे
- उदा. जर वर्तन हात धुणे असेल तर मुलाने समोरच्या कार्डस मधून साबणाने हात धुणे हे कार्ड शोधून आणावे.
- जी मुलं अशा जोड्या जुळविताना चुकतील ती बाद होतील, पण त्याच्या हातातील कार्ड दुसऱ्या मुलाच्या हातात दिले जावून त्याला जोडी जुळविण्यासाठी पाठवावे.
- सर्व मुलं सहभागी झाल्यानंतर हा खेळ पुन्हा घ्यावा पण यावेळी वेळ अगदीच कमी द्यावा, कमी वेळेत योग्य जोड्या लावण्याचे आव्हान करावे.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ कोणत्या वर्तनाचे व अरोग्यदायी सवयीची जोडी सर्वच मुलांनी अचूक लावली ?
- ✓ कोणत्या वर्तनाचे, अरोग्यदायी सवयीची जोडी सर्वच / जास्तीत जास्त मुलांनी चुकीची लावली ?

चर्चेचे मुद्दे

1. आपण निमयीत करणारी वर्तने कोणती ? व त्याबाबतच्या चांगल्या सवयी कोणत्या ?
2. चुकीच्या सवयी घालविण्यासाठी काय करावे ?
3. जर मित्र किंवा घरातील कोणीही व्यक्ती चुकीचे वर्तन करत असेल तर काय करावे ?

वर्तन व योग्य सवय यांची यादी

वर्तन	योग्य सवय
संडासला जाणे	शौचालयाचा वापर
हात धुणे	साबणाचा वापर
जेवणापूर्वी	हात साबणाने धुणे
संडासला जावून आल्यावर	हात साबणाने धुणे
शिंकल्या नंतर	हात साबणाने धुणे
कचरा टाकणे	कचरा कुंडीतच टाकणे
पाण्याचे पाणी	ओगराळ्यानेच घेणे
पाण्याचे भांडे	नेहमी झाकून ठेवणे
डायरिया	ओआरएसचे पाणी पिणे
शिजवलेले अन्न / मिठाई	झाकून ठेवणे
वाढलेली नखे	नेलकटरने कापून टाकणे
सांडपाणी	किचन गार्डन किंवा शोष खड्डा बनविणे
लहान मुलाची शी	योग्य पद्धतीने शौचालयात टाकणे किंवा खड्डा काढून त्यात पुरून टाकणे
शौचालय / मुतारीचा वापर	वापरानंतर त्वरीत स्वच्छ करणे
हात धुवायच्या सवयी	त्यांची योग्य देखभाल दुरुस्ती करणे

समारोप :

मित्रांनो, आज ज्या जोड्या जुळवलेल्या आहेत त्या कधीच विसरू नका त्या नेहमी लक्षात ठेवा त्याचप्रमाणे अनुकरनही करा, मला विश्वास आहे तुम्ही सर्व चांगली मुलं आहात त्यामुळे तुम्ही विसरणार नाहीत.

सत्र 12 : चालता बोलता (Chalata Bolata)

नव्या उपक्रमाबद्दल प्रस्तावना:

मित्रांनो आज आपण एक स्पर्धा घेणार आहोत, टीव्हीवरी 'चालता बोलता' या कार्यक्रमासारखी ही स्पर्धा असेल, मी आपल्याला प्रश्न विचारेन, आपण त्याची उत्तरे द्यायची आहेत व ज्याचे उत्तर बरोबर असेल त्या विद्यार्थ्याला बक्षिसही दिले जाणार आहे. चला तर व्हा तय्यार

उपक्रम : स्वच्छतेवर आधारीत चालता बोलता कार्यक्रम

उद्देश : स्वच्छतेचे संदेश या अनोख्या कार्यक्रमांमुळे प्रत्येक मुलाच्या मनात पक्के बसतील

वेळ : 60 मिनिटे

प्रमुख धडा: स्वच्छतेमुळेच आपली प्रगती आहे.

नियोजन: 1 ते 7 च्या सर्व मुलांना एकत्र बसवून प्रत्येक वर्गातून 3 मुलांना प्रत्येकी 3 प्रश्न विचारणे

साहित्य : साबण, नेलकटर, कंगवा, टुथब्रश, स्वच्छता बँड



कृती :

- सर्व मुलांना स्पर्धेबाबत माहिती द्यावी, विचारले जाणारे प्रश्न हे पाणी व स्वच्छतेसंबंधीतच असतील हे सांगावे. आतापर्यंत त्यांना शिकविलेल्या गोष्टीच यात समाविष्ट असतील असे सांगावे.
- विचारायच्या प्रश्नांची प्रश्नावली तयार करावी
- सर्व मुलांसमोर हा कार्यक्रम होणार आहे
- प्रत्येक मुलाला तीन प्रश्न विचारावेत
- कार्यक्रम सुरु करताना सातवीच्या मुलांपासून पहिलीच्या मुलांपर्यंत अशा क्रमाने मुलांना बोलवावे. प्रत्येक वर्गातून तीन पेक्षा जास्त मुलांना प्रश्न विचारू नये, अन्यथा वेळेची कमतरता भासेल.
- मुलांना समोर येणासाठी आवाहन करावे, जी मुलं हात वर करतील त्यातील अशा मुलांना प्राधान्याने निवडावे जी आता पर्यंत कोणत्याही उपक्रमात सहभागी झालेली नव्हती, किंवा त्यांना संधी मिळाली नाही.

- मुलांचे वय पाहून प्रश्न विचारावेत, एक दोन प्रश्न अगदी सोपे असावेत, शिवाय हात धुण्याच्या वेळा कोणत्या, हात कशाने धुवावा, काहीही खाण्यापूर्वी काय करावे ? शौचालय किंवा मुतारीचा वापर केल्यावर काय करावे असे प्रश्न वारंवार विचारावेत जेणे करून त्याची उत्तरे सर्वच मुलांना तोंडपाठ होतील व वर्तन बदलही होण्यास मदत होईल.
- एक मुलगा/ मुलगी समोर आल्यानंतर एक प्रश्न विचारावा, मुलांनी मोठ्याने उत्तर दिले पाहिजे. उत्तर बरोबर असेल तर टाळ्या वाजवून त्याचे अभिनंदन करावे, व जर चुकीचे असेल तर पूढील प्रश्नासाठी सदिच्छा द्याव्यात, अशाच प्रकारे तीन प्रश्न विचारावेत.
- प्रश्न विचारताना वातावरण अगदी मोकळे व आनंददायी करावे, मुलं घाबरली तर त्याचा परिणाम सर्वच मुलांवर होईल
- जर मुलाने चुकीचं उत्तर दिलं तर बरोबर उत्तर काय हे सर्व विद्यार्थ्यांना सांगणे, तसेच बरोबर उत्तर दिल्यानंतर सोबत प्रेरकाने अधिकची माहिती द्यावी.
- स्पर्धेत सहभागी होणाऱ्या प्रत्येक विद्यार्थ्याला काही न काही तरी बक्षीस द्यायचेच आहे
- जो विद्यार्थी एकाच प्रश्नाचे उत्तर बरोबर देईल त्याला कंगवा बक्षीस द्यावा, जो दोन प्रश्नांची उत्तरे बरोबर देईल त्याला नेलकटर द्यावा व जो तिन्ही उत्तरे बरोबर देईल त्याला मोठा साबण बक्षीस द्यावा व जो सर्वच उत्तरे चुकीची देईल त्यालाही प्रोत्साहीत करण्यासाठी स्वच्छता बॅंड, टुथ ब्रश असे काही तरी बक्षीस द्यावे व पुढील वाटचालीसाठी सदिच्छा द्याव्यात.
- तिन्ही प्रश्न विचारून झाल्याबरोबर ताबडतोब उपस्थित मान्यवरांच्या हस्ते बक्षीस देण्यात यावे
- या स्पर्धेसाठी नोडल शिक्षकासह, अन्य शिक्षक व मुख्याध्यापकही, शाळा व्यवस्थापनक समितीचे पदाधिकारी, सदस्य उपस्थित राहतील असे नियोजन करावे.

नोंद घ्यायच्या गोष्टी :

- ✓ मुलं सहभागी होण्यासाठी उत्सुक आहेत का ?
- ✓ मुलं योग्य उत्तरे देत आहेत का ? उत्तर देताना त्यांचा आत्मविश्वास कसा होता ?
- ✓ ज्या मुलांना उत्तरे देता आली नाहीत त्यांचे मनोबल खचले तर नाही ना ?
- ✓ मुलांना उत्तरे का देता आली नाहीत ?
- ✓ मुलांना प्रश्न कळण्यामध्ये अडथळा झाला का ?

चर्चेचे मुद्दे

1. या कार्यक्रमातून मुलांना काय नवीन ज्ञान प्राप्त झाले ?
2. गेल्या तीन महिन्यांपासून राबविलेले उपक्रम कसे होते ? त्याचा मुलांना किती फायदा झाला ?
3. हे स्वच्छतेचे संदेश सर्व मित्र व नातेवाईकांना कसे सांगाल ?

प्रश्नावली (सुचविलेले)

- ❖ हात धुण्याच्या स्टेप्स कोणत्या ?
- ❖ हात कधी कधी धुतलेच पाहिजेत ?
- ❖ हात कशाने धुतले पाहिजेत ?
- ❖ शौचालय व मुत्रीचा वापर केल्यानंतर काय करावे ?
- ❖ जेवणापूर्वी काय करावे ?
- ❖ विष्ठा कोणकोणत्या मार्गाने पोटात जाते ?
- ❖ विष्ठेमुळे होणाऱ्या आजारांची नावे काय ?
- ❖ डायरियाला आपण कसे रोखू शकतो ?
- ❖ हात धुण्यासाठी कोणत्या गोष्टी असणे आवश्यक आहे ?
- ❖ एक ग्रॅम विष्ठेत किती विषाणू, किती जीवाणु असतात ?
- ❖ हात धुण्याचं गाणं म्हणून दाखवा

(या सर्व प्रश्नांची उत्तरे 1 ते 12 सत्रांत आहेत, प्रेरकाने ती शोधून त्यांची यादी करावी, व ती तालुका समन्वयकाकडून तपासून घ्यावी)

समारोप :

मित्रांनो, ही शाळा तुमची आहे त्यामुळे या शाळेची, शाळेतील स्वच्छता सुविधांची देखभाल दुरुस्ती तुमच्याच हातात आहे, आणि सर्वात महत्वाचे म्हणजे तुमची स्वतःची काळजी घेणेही तुमच्याच हातात आहे कारण स्वच्छ हातातच दम आहे, हात साबणाने स्वच्छ ठेवणे हे तुमचे कर्तव्यच आहे.